

2018年8月10日



8月11日は山の日



山での栄養管理の“い・ろ・は”を伝授 Webサイト「山おやつのおすすめ」8月10日(金)OPEN

森永製菓株式会社(東京都港区芝 代表取締役社長・新井 徹)は、携帯電話の圏外でも現在地を確認できるスマートフォンアプリや日本最大の登山コミュニティサイトを運営する株式会社ヤマップ(福岡県福岡市博多区 代表取締役・春山慶彦 以下ヤマップ)と共同で、山での栄養管理と行動食をまとめたWebサイト「山おやつのおすすめ」を8月11日の【山の日】に向けてオープンいたします。 <https://cp.yamap.com/morinaga/>



森永製菓が運営する森永トレーニングラボでは、契約するトップアスリートのコンディションづくりのためのトレーニングと栄養指導を行っています。この度、森永トレーニングラボ管理栄養士(清野 隼)が監修し、登山前、登山中、下山中、山頂、下山後などの場面ごとに必要とされる栄養素と、推奨する食品やおやつについてまとめたWebサイト「山おやつのおすすめ」をオープンしました。また、登山時の水分補給に関しても、夏季の低山で気温が高い、高山や冬季で気温が低い、標高が高いなど、登頂する山の環境に合わせて細かく説明しています。ぜひ山登りの際にご活用ください。

例)登山時の水分補給について

気候に応じた水分補給を事前に計画しておくことが大切！

- ・夏の低山など気温が高い場合は、糖質・電解質を含んだ冷たい水分を
- ・高山や冬で気温が低い場合は、常温と熱湯を用意し水分補給と体温維持を
- ・標高が高い場合は、水分量や糖質・鉄・ビタミンCを多めに



日本生産性本部の『レジャー白書』によれば、2000年代前半から後半にかけて、600万人台だった登山人口(年に1回以上山に登った人の数)は、09年に一気に1230万人へと倍増。その後、15年には730万人まで減少しましたが、直近は健康志向を背景に再び増加に転じるなど、依然として山ブームが続いています。森永製菓では「山おやつ」は登山者にとって大切な栄養補給であると考え、所属する栄養士やトレーナーの知識や、おすすめ商品の情報を提供することで、山ライフをより一層楽しんでいただきたいと考えています。

■株式会社ヤママップとの取組み背景

ヤママップの運営する「YAMAP」は、携帯電話の電波が届かない山の中でも現在地を確認できるスマートフォンアプリと、日本最大の登山コミュニティサイトで構成されるサービスです。2013年1月にサービスをリリースして以来、登山地図と情報コミュニティをワンストップで提供する点が多く、多くの登山者に支持され、現在は会員数が100万人に迫るまでに成長してきました。

ヤママップは2017年に開催された「森永アクセラレータープログラム2017」にて優秀賞を獲得しました。アクセラレータープログラム

とは、企業間(企業と個人事業)のリソースを活用し補いながら新規事業を創出する手法です。森永製菓はヤママップと取り組むことで、所属する管理栄養士やスポーツトレーナーの知識や販売している商品情報の登山者への提供や、新商品開発のきっかけづくりを行ってまいります。



▲森永アクセラレータープログラム2017
ビジネスプランコンテストの様子

■監修した管理栄養士について



清野 隼 (せいの じゅん)

森永製菓マーケティング本部 健康マーケティング部 森永トレーニングラボ管理栄養士
筑波大学大学院・特任助教

チーフスポーツ栄養士として、これまでトップアスリートを含む幅広い種目のサポートを歴任。

現在は、筑波大学大学院にて競技力向上を目的としたコーチングにおいて、効果的な栄養サポートを行うために必要な統合要素について明らかにすることを研究テーマとしながら、特任助教の職に従事している。